# Come ridurre borse e occhiaie dopo le vacanze invernali: consigli, creme e trattamenti efficaci

Data: 1 settembre 2026 | Autore: Redazione



Il periodo natalizio è spesso ricco di emozioni, impegni, cene e notti più corte del solito. Tutto questo, unito allo stress e alla stanchezza accumulata durante l'anno, può riflettersi anche sul nostro viso, in particolare nella zona del contorno occhi. Le borse sotto gli occhi e le occhiaie scure diventano più evidenti, rendendo lo **sguardo spento e affaticato.**

Per fortuna, seguendo alcuni accorgimenti e utilizzando una**buona crema borse e occhiaie**, è possibile attenuare questi inestetismi e ritrovare uno sguardo fresco, disteso e luminoso. Vediamo come fare.

## Perché borse e occhiaie peggiorano durante le feste?

Le **occhiaie**sono spesso causate da una**combinazione di fattori**: predisposizione genetica, affaticamento, scarso riposo, ma anche alimentazione ricca di sale, alcol e stress ossidativo. Tutti elementi che si concentrano facilmente nel periodo natalizio.

Le **borse**, invece, derivano da un rallentamento del microcircolo linfatico e dalla ritenzione di liquidi nella zona perioculare. Possono comparire al mattino o essere persistenti e peggiorano con il passare degli anni per via della perdita di tono cutaneo.

## I principi attivi più efficaci in una crema borse e occhiaie

Scegliere una **crema per borse e occhiaie specifica**è uno dei modi più efficaci per migliorare l'aspetto dello sguardo. Oggi esistono formule mirate, in grado di agire sia sul gonfiore sia sulla colorazione scura della zona.

I migliori trattamenti contengono**ingredienti di vario tipo**, per esempio:

- **caffeina**, che stimola la microcircolazione e ha un'azione drenante;
- **peptidi**, per migliorare l'elasticità della pelle e ridurre le rughe sottili;
- **acido ialuronico**, che idrata e rimpolpa la zona del contorno occhi;
- **vitamina C e niacinamide**, utili per uniformare il colore e illuminare lo sguardo;
- **estratti naturali lenitivi**, per decongestionare e calmare la cute.

Una buona crema per contorno occhi va applicata mattina e sera, picchiettando delicatamente con l'anulare su pelle pulita. I risultati non sono immediati, ma si possono notare miglioramenti visibili già dopo alcune settimane.

## Un esempio di trattamento efficace

Se cerchi una crema per contrastare borse e occhiaie, ti consigliamo di affidarti a prodotti di qualità e affidabili. Oggi, per fortuna, sono numerose le realtà che offrono più opzioni, in modo che siano adatte alle diverse tipologie di pelle. Un esempio valido è rappresentato dai prodotti del brand italiano Cosmetici Magistrali, che ha sviluppato formulazioni pensate per agire su più fronti: gonfiore e segni di stanchezza. Si tratta di prodotti studiati per offrire un **effetto distensivo e idratante**, con ottima tollerabilità anche su pelli sensibili, ideali da inserire nella skincare invernale o nei momenti di maggiore stress.

## Trattamenti e abitudini per migliorare lo sguardo

Oltre ai prodotti cosmetici adeguati, è utile introdurre anche piccoli accorgimenti quotidiani per **ridurre borse e occhiaie**.

Primo fra tutti, il **sonno**. Dormire almeno 7 ore per notte, possibilmente con la testa leggermente rialzata, è fondamentale per far rigenerare l'organismo.

Allo stesso modo, è importante **bere molta acqua**, allo scopo di favorire il drenaggio dei liquidi.

Inoltre, è bene **limitare l'assunzione di sale e alcolici**, che favoriscono la ritenzione idrica e danno allo sguardo un aspetto stanco e opaco.

Un'abitudine semplice, ma sempre efficace, è inoltre applicare**impacchi freddi o patch decongestionanti** in caso ci sia gonfiore accentuato.

Ultimo ma non per importanza, è sempre necessario **proteggere la zona perioculare dai raggi UV**, anche in inverno.

In certi casi, soprattutto se le occhiaie sono molto marcate e persistenti, è possibile valutare trattamenti dermatologici o medico-estetici, come il laser vascolare o i filler correttivi. Tuttavia, la skincare quotidiana resta il primo e più accessibile alleato.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

https://www.infooggi.it/articolo/come-ridurre-borse-e-occhiaie-dopo-le-vacanze-invernali-consigli-creme-e-trattamenti-efficaci/150436